# Recull de premsa

11 -10-2026 ÚLTIMA HORA

# Salut rechaza el recurso del COPIB y excluye a los psicólogos sin máster

▶ El Colegio estudia formas de dar solución a los **profesionales con habilitación** que no consiguieron acceder a la nueva bolsa

**Adrián Oliver** | PALMA

Hace alrededor de un mes saltaron las alarmas en el sector de la psicología. La razón: la nueva bolsa del IB-Salut para la contratación de psicólogos generales sanitarios en el servicio de Atención Primaria, que dejó fuera a 134 psicólogos con experiencia por no tener el máster universitario de Psicología General Sanitaria que pide la convocatoria, pero que sí tienen una habilitación sanitaria que reconocía sus funciones en función de su experiencia y formación previa.

Ahora, tras varias semanas de la publicación de esta bolsa, la misma se ha resuelto excluyendo a estos profesionales, incluso tras un recurso de reposición interpuesto por el Colegio de Psicólogos de les Illes Balears (COPIB) que Salut ha inadmitido al considerar que el llamamiento se ajusta a la normativa.

En ese sentido, desde el COPIB afirman que se está realizando una asesoría jurídica para poder encontrar una solución para estos profesionales con habilitación sanitaria y un diálogo paralelo con la dirección general de Salut Mental y con la coordinación de Recursos Humanos de Salut «para trasladar la situación de los profesionales afectados y abordar las posibles vías para dar respuesta a esta cuestión». Así, señalan que seguirán luchando para que dicha habilitación se tenga en cuenta en futuras convocatorias.

Por su parte, desde el IB-Salut apuntan que esta habilitación se creó cuando se querían empezar a introducir psicólogos en Atención Primaria. Como en ese momento no existía la categoría de Psicólogo General Sanitario, se creó esta habilitación para que estos profesionales puedan ejercer dichos puestos. Sin embargo, con la creación de la categoría, explican que se debe imponer unas condiciones para poder acceder a ella, una de ellas el máster de Psicología General Sanitaria.




Estos psicólogos trabajan especialmente en Atención Primaria.

▶ **CAMBIO NORMATIVO**
Desde el IB-Salut hablan que la única forma de incluirlos es haciendo un cambio en la regulación de la categoría profesional

### Conflicto profesional

El origen de esta controversia se remonta a la Ley de Ordenación de las Profesiones Sanitarias de 2003, que dejó a la Psicología fuera del catálogo de profesiones sanitarias y estableció la Psicología Clínica como única especialidad oficial sanitaria.

La situación dejó en un vacío legal a varios psicólogos que ya ejercían en el ámbito sanitario. Para dar respuesta a esta situación, en 2011 se creó la figura del Psicólogo General Sanitario para el ejercicio profesional en el ámbito privado y, tras regularse el plan de estudios en 2013, se estableció como requisito la titulación universitaria de Psicología y el Máster Oficial en Psicología General Sanitaria. Para los profesionales que ya ejercían antes de la nueva regulación se establecieron vías transitorias de habilitación, que permitían reconocer su capacidad para desarrollar funciones sanitarias.

El conflicto surge ahora con la creación por parte del Govern de la categoría estatutaria de Psicólogo General Sanitario del IB-Salut, que no incluye la habilitación como forma de acceso equivalente al máster.




El psicólogo clínico y sexólogo, Arun S. Mansukhani, ayer en Can Tàpera. Foto: T. AYUGA

# Arun S. Mansukhani: « El vínculo social es clave para entender el tratamiento de la adicción»

▶ El reputado psicólogo clínico y sexólogo inaugura las V Jornadas de Intercambio Profesional de **Projecte Home Balears**

**Itziar F. Landero** | PALMA

La primera ponencia de las V Jornadas de Intercambio Profesional de Projecte Home Balears de ayer corrió a cargo del reputado psicólogo clínico y sexólogo, Arun S. Mansukhani, que habló de la relación entre trauma, apego y adicción. Según el experto, el vínculo social con el grupo «es clave para entender el tratamiento de la adicción».

Explicó que el ser humano es una especie «tremendamente exitosa» a nivel evolutivo, que se ha convertido en un superdepredador. Pese a sus carencias para sobrevivir en entornos hostiles, lo que le hace superior es la capacidad de sociabilizar con el extraño genético con vínculos de conexión. De hecho, se siente «carente» sin ello. Hay conexión social e íntima y ambas son necesarias para no sufrir: «Necesitamos pertenecer a algo. Parte de la deriva política se puede entender por esta necesidad», apuntó. Como consecuencia, es una especie dependiente a nivel emocional, que no tiene porqué ser «negativo» pero supone implica que la amenaza sea un igual. «La dependencia no es mala, pero sí peligrosa, porque te expones a que te hagan daño», alertó. En este contexto, el hombre se dedica a mantener la homeostasis, el estado de regulación a través de la autorregulación y la corregulación.

> **«Necesitamos pertenecer a algo. Parte de la deriva política se puede entender como consecuencia de esa necesidad»**
> **Arun S. Mansukhani**
> PSICÓLOGO CLÍNICO

Algunos optan antes por la autorregulación, sin embargo, lo más primario es la corregulación, apoyarse en los demás. La dependencia es el estado básico y sólo los que han recibido una buena corregulación y se les ha enseñado a ser autónomos, se convierten en adultos que se pueden autorregular. A la hora de hacerlo, cada uno escoge una conducta, entre las que pueden estar las adictivas. En el siglo XX surgieron los primeros estudios que abordaban las adicciones. No tenían en cuenta el factor social, cosa que más tarde se corrigió. Como resultado se pudo observar que la pertenencia a un grupo y el estatus dentro de éste pueden condicionar la propensión a conductas adictivas.

Así, se comenzó a teorizar, sin saberse aún, sobre el trauma; demandas que sobrepasan la capacidad de afrontamiento y que provocan a largo plazo una desregulación y, a su vez, una reacción. Entre los 80 y los 90, dos médicos británicos desarrollaron una escala para medirlo. Los resultados demostraron que el trauma es uno de los mayores factores que influyen sobre la salud y el desarrollo de adicciones. Tras su charla, se celebró una mesa redonda sobre la atención a adicciones desde diferentes sistemas y un coloquio sobre periodismo ético y comunicación responsable.

# El auge de la ansiedad y la depresión en las personas mayores enciende las alarmas

▶ La población de más de 65 años también presenta **problemas mentales** como la demencia y los trastornos de la personalidad

**Efe** | BARCELONA

Los trastornos mentales van al alza entre la población de más de 65 años, con prevalencia especial de la ansiedad (el 17 %) y la depresión (hasta el 15 %), lo que ha llevado a los expertos en salud y geriatría a dar la voz de alarma y reclamar un modelo de atención integral, social y sanitario.

Estos datos aparecen recogidos en el informe 'Miradas: Respuestas a los desafíos de la salud mental en las personas mayores', elaborado por la plataforma catalana Som Salut Mental 360 con el apoyo de 16 expertos en psicogeriatría y Atención Intermedia.

El informe repasa a través de las miradas de expertos los principales retos a los que se enfrenta la atención de la salud mental de las personas adultas mayores en una sociedad cada vez más envejecida y urge a repensar cómo abordar la complejidad de las situaciones que se presentan.



La soledad no deseada es un factor de riesgo en la salud mental.

**EL APUNTE**

## Cinco veces más suicidios entre hombres de más de 85 años

▶ Expertos en psicogeriatría han señalado que la tasa de suicidio entre los hombres mayores de 85 años quintuplica la del conjunto de la población española, y que la cifra aumentó un 10 % en 2024 en esta franja de edad mientras descendió en el resto. Es una de las cuestiones abordadas en el XXIII Congreso de la Sociedad Española de Psicogeriatría (Sepg), que reúne desde este jueves y hasta el sábado a más de 300 profesionales en la ciudad catalana de Girona, informan los organizadores en un comunicado.

### Otros problemas

Además de la depresión y la ansiedad, las personas de más de 65 años presentan otros problemas mentales como la demencia (11 %), los trastornos de personalidad (entre el 2,8 y el 13 %) y los que se derivan del uso de sustancias (4,5 %).

Ampliando el foco de edad, el trabajo destaca también que el 20 por ciento de las personas de más de 60 años tiene un problema neurológico o de salud mental, mientras que el 42 por ciento de las personas de más de 55 padecerá alguna demencia a lo largo de su vida. En la presentación este jueves del informe, el geriatra y experto en psicogeriatría del Parc Sanitari Sant Joan de Déu, Pedro J. Regalado, y el psiquiatra experto y director gerente de la Fundació Hospitalàries Barcelona Nord, Pedro Roy, han urgido a coordinar la atención psiquiátrica y la sanitaria general.

Regalado ha alertado de «la magnitud» que tendrá este problema en los próximos años por el envejecimiento creciente de la población, mientras que Roy ha llamado a «desestigmatizar» la edad para centrarse en las necesidades de este colectivo e «integrar» los esfuerzos tanto sociales como sanitarios.

Algunos de los factores de riesgo más importantes para acabar con un problema de salud mental en el colectivo de personas mayores son la soledad no deseada y la falta de un círculo familiar y social de apoyo.

En este contexto, el informe señala que la accesibilidad a los servicios de salud mental no siempre se adapta a las personas de más edad y que incluso algunos hospitales de día de esta red «excluyen» directamente a este colectivo. Así, una gran parte de las personas mayores con trastorno mental acaba en el sector residencial y no recibe la continuidad de cuidados especializados que requiere.



Un grupo de jóvenes.

# Aumentan los sentimientos de soledad y tristeza entre los adolescentes españoles

**Europa Press** | MADRID

La proporción de adolescentes que se sienten solos en España casi se ha duplicado en los últimos años, al pasar del 7 al 13,6 por ciento, mientras que el porcentaje de quienes declaran sentirse tristes ha aumentado del 11,9 al 19,5 por ciento.

Así lo recoge el informe 'La salud mental sí es cosa de adolescentes. Hablemos de bienestar y estigma', el nuevo barómetro de opinión de la infancia y la adolescencia elaborado por UNICEF España y la Universidad de Sevilla, que revela que el deterioro del bienestar entre 2018 y 2022 fue tres veces mayor entre las chicas que entre los chicos, con una caída de 0,41 puntos frente a los 0,14 registrados entre ellos.

«Que la soledad y la tristeza aumenten entre adolescentes de 12 a 16 años es algo que debe preocuparnos y apelarnos a actuar. No se debe alarmar ni simplificar, pero tampoco cerrar los ojos ante un problema que condiciona el presente de la adolescencia», ha asegurado la presidenta de UNICEF España, M.ª Ángeles Espinosa.

Asimismo, el nivel socioeconómico de las familias se relaciona directamente con el bienestar. En 2022, el alumnado de familias con menos recursos declaraba un bienestar más bajo (3,26 puntos) que quienes vivían en hogares de nivel medio (3,4) o alto (3,54).

«En general, los datos son preocupantes porque muestran un descenso claro de cómo los propios adolescentes perciben su bienestar emocional», ha explicado la directora del barómetro, Pilar Ramos.

20 -10-2026 DIARIO DE MALLORCA

Denuncia

# Ben Amics acusa de transfobia a la psicóloga de la Consulta de Identidad de género de Son Espases

La asociación LGTBI+ explica que esta profesional hace pasar «exámenes» para saber si las personas que solicitan la hormonación «están preparadas o no»



IRENE R. AGUADO
Palma

Más de 30 personas han acusado de transfobia a la psicóloga de la Consulta de Identidad de Género (CDIG) del Hospital Universitario Son Espases, según informó ayer la asociación Ben Amics en un comunicado.

La entidad indicó que hay testimonios que aseguran que entre los años 2020 y 2026 esta profesional les acusó de «querer llamar la atención y no ser trans» cuando acudieron a esta consulta para empezar su transición de género. Asimismo, señalaron que la psicóloga les ocultó información sobre cómo obtener las hormonas y les comentó que solo era ella la que les podía «dar permiso» y que lo haría «cuando lo considerara».

La asociación LGTBI+ explicó que esta profesional hace pasar «exámenes» para saber si las personas que solicitan la hormonación «están preparadas o no». También denunciaron que «pone en cuestión de forma habitual» a quienes quieren empezar una transición y son neurodivergentes, asegurando que «muchas condiciones, como por ejemplo el autismo, confunden a las personas».

La presidenta de Ben Amics, Tatiana Casado, criticó que la Conselleria de Salud trata este asunto «como si fuera pasado», aunque destacó que «sigue siendo la realidad cotidiana de muchas personas a las que se les niega una atención sanitaria digna y sin discriminación». Casado recordó que estas prácticas «incumplen los protocolos de atención sanitaria» a personas trans, así como las leyes autonómicas y estatales.

### Reacciones de Son Espases

Por su parte, desde el hospital Son Espases niegan que la valoración de la psicóloga de la Consulta de Identidad de Género determine el acceso de los pacientes a los tratamientos hormonales. Fuentes del centro explicaron que la atención psicológica es un recurso complementario y voluntario, al que pueden recurrir las personas que deseen recibir apoyo, pero que «en ningún caso» constituye un requisito para iniciar la hormonación, aseguraron. Según explicaron, la consulta está vinculada al servicio de Endocrinología, donde el doctor Santiago Tofé atiende a los pacientes y determina los tratamientos hormonales. El centro destacó la buena relación de este especialista con los usuarios.

En cuanto a las denuncias recogidas por Ben Amics, Son Espases asegura que solo tiene constancia de una queja formal registrada en el Servicio de Atención al Usuario relacionada con la consulta de Psicología. ■

Europa Press



Entrada del hospital Son Espases.

Instituciones

# La psicóloga Mar Rus, nombrada miembro del Institut d'Estudis Catalans

## La investigadora celebra que la salud mental tenga representación en una institución académica

IRENE R. AGUADO
Palma



La psicóloga e investigadora mallorquina María del Mar Rus Calafell ha sido nombrada miembro del Institut d'Estudis Catalans (IEC), una de las principales instituciones académicas y científicas dedicadas al estudio y la promoción de la lengua y la cultura catalanas. Su incorporación a la Sección de Filosofía y Ciencias Sociales, aprobada el pasado 21 de octubre, supone un reconocimiento a su trayectoria científica y profesional, marcada por la investigación en salud mental y el desarrollo de nuevas intervenciones psicológicas.

El IEC, fundado en 1907, es una institución académica multidisciplinar que reúne a especialistas de diferentes ámbitos del conocimiento procedentes de los territorios de lengua y cultura catalanas. Entre sus funciones destacan el impulso de la investigación científica y la promoción de la cultura, además de su papel como autoridad normativa de la lengua catalana. A lo largo de su historia han formado parte de la institución figuras como Antoni Maria Alcover y Francesc de Borja Moll.

Para Rus Calafell, el nombramiento tiene un significado especialmente emotivo: «No es solo un título honorífico, sino que representa una distinción histórica para mí», explica en declaraciones a Diario *de* Mallorca. La investigadora comenta que son relativamente pocos los académicos procedentes de Baleares que han formado parte de la institución, por lo que considera «un privilegio» incorporarse a una entidad de tanta relevancia histórica y cultural.

Bernardo Arzayus



La psicóloga María del Mar Rus Calafell.

### Doctora en Psicología Clínica, fue distinguida con el Premi Diario *de* Mallorca Ciència i Investigació 2023

Su vinculación personal con la lengua y la cultura mallorquina también contribuye a hacer especial este reconocimiento. La psicóloga recuerda que estudió en una escuela de Palma en la que recibió enseñanza en catalán y que, pese a desarrollar gran parte de su carrera profesional en el extranjero, tiene un fuerte vínculo con sus raíces. «Formar parte de una lista de mallorquines que han sido nombrados para una institución así me emociona mucho», reconoce.

Más allá de la distinción, Rus Calafell espera contribuir a la actividad científica del IEC desde su especialidad. En este sentido, celebra que una institución centenaria reconozca la relevancia de la psicología y la investigación en salud mental. «Se está empezando a reconocer como una ciencia en la que se tiene que sostener el bienestar de nuestra población», señala. Igualmente, defiende que la salud mental debe abordarse con el mismo rigor que cualquier otra disciplina sanitaria, mediante la evidencia científica y la investigación.

Doctora en Psicología Clínica y exalumna de la Universitat de les Illes Balears (UIB), Mar Rus Calafell tiene una trayectoria investigadora de proyección internacional. Entre sus reconocimientos figura el prestigioso premio Sofja Kovalevskaja, concedido por la Fundación Alexander von Humboldt y el Ministerio de Educación e Investigación de Alemania, que le ha permitido impulsar su propio grupo de investigación, YVORI (Young Voices Research and Interventions). También fue distinguida con el Premi Diario de Mallorca Ciència i Investigació 2023. ■

30 -10-2026 RADIO MENORCA CANDENA SER

Sociedad

# Radio Menorca SER, distingida pel Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears

El reconeixement posa en valor la seva contribució a la difusió de la psicologia a l'illa, especialment per la creació i consolidació del Fòrum de Salut Mental de Menorca

**Maó** • El Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears distingirà aquest divendres Ràdio Menorca Cadena SER per la seva contribució a la difusió de la psicologia a l'illa, especialment per la creació i consolidació del Fòrum de Salut Mental de Menorca.

El reconeixement posa en valor la tasca de l'emissora per combatre l'estigma associat als problemes de salut mental, fomentar el debat públic i apropar a la ciutadania informació i coneixements especialitzats sobre aquesta qüestió.

La distinció s'entregarà durant un acte que començarà a les set del capvespre a la Sala d'Audiències del Claustre del Carme de Maó. El COPIB també reconeixerà la contribució del Club de Futbol Atlètic Villacarlos, per la incorporació de la psicologia esportiva al treball diari de l'equip, i de l'Associació de Familiars i Amics per a la Salut Mental de Menorca, per la seva aposta per integrar professionals de la psicologia en els programes d'intervenció.

La cerimònia inclourà, a més, el lliurament de diplomes a set professionals de Menorca que compleixen 25 anys de col·legiació.

La jornada es completarà amb una conferència de la psicòloga Anna Romeu, a dos quarts de vuit, titulada *L'art d'acompanyar els nostres adolescents: mirada, escolta i confiança*, centrada en la importància d'acompanyar els joves des de la comprensió i la confiança.

31 -10-2026 INFORMATIUS IB3 TELEVISIÓ

SOCIETAT

# L'Atletico Villacarlos aposta per la psicologia dins el futbol

El club ha estat premiat pel Col·legi de Psicòlegs per aquest projecte que implica jugadors, tècnics i famílies



Cristina Tomàs @IB3noticies

El Col·legi de Psicòlegs reconeix el club de futbol Atlètic Villacarlos, des Castell, per acostar la psicologia a l'esport. Fa un any que una psicòloga acompanya no només els jugadors, també entrenadors i famílies per fer del futbol una eina educativa.

# Altres notícies d'interès

02 -10-2026 DIARIO DE MALLORCA

Salud

## Ben Amics pide cerrar la consulta de Identidad de Género de Son Espases

La entidad denuncia que personas trans son derivadas a Psicología y reciben un documento de 2010 que todavía trata la transexualidad como un trastorno

IRENE R. AGUADO
Palma




HUSE

Llegada al hospital Son Espases.

Ben Amics reclamó a la conselleria de Salud que elimine la Consulta de Identidad de Género (CDIG) de Son Espases al considerar que mantiene prácticas que «patologizan» a las personas trans y dificultan su acceso al tránsito sanitario.

El hospital negó de forma tajante estas acusaciones, asegura que la consulta psicológica no es obligatoria y sostiene que el consentimiento informado que ahora está en vigor fue actualizado en 2023 y no contiene la terminología que denuncia la asociación.

La presidenta de Ben Amics, Tatiana Casado, aseguró que un recurso concebido como un espacio voluntario de acompañamiento se ha convertido, en la práctica, «en una barrera para las personas trans que quieren iniciar un tránsito sanitario», especialmente para acceder a la hormonación a través de Endocrinología.

Son Espases rechazó esta afirmación: «En ningún caso se han llevado a cabo prácticas tránsfobas de manera sistemática ni supone ningún obstáculo para iniciar el tránsito. Es totalmente falso», respondió el hospital.

Según explicó, la Consulta de Identidad de Género está vinculada al servicio de Endocrinología desde 2013, tendió desde entonces a más de 400 pacientes y ayudó cada año a decenas de personas a iniciar el tránsito sanitario hacia un tratamiento hormonal.

Ben Amics aseguró que, según los testimonios que recogió, en la primera visita se entrega a los usuarios un consentimiento informado que corresponde al área de Endocrinología y fechado en 2010 que emplea terminología anticuada y trata la transexualidad como un trastorno.

La asociación sostuvo que el documento aborda los riesgos asociados al inicio de la hormonación y utiliza expresiones como «trastornos de identidad de género». También criticó que entre los posibles efectos de las «hormonas masculinas» se mencione una mayor «agresividad».

Son Espases negó que este sea el consentimiento informado que se entrega a día de hoy a los pacientes. El hospital aseguró que el documento vigente fue actualizado por última vez en 2023, utiliza «un lenguaje inclusivo y respetuoso» y evita terminología que pueda resultar estigmatizante o discriminatoria.

> «En ningún caso se han llevado a cabo prácticas tránsfobas», afirman desde Son Espases

En cambio, desde Ben Amics, en un comunicado, fueron muy críticos: «Todo esto es contrario al modelo de despatologización y de autodeterminación que tiene que guiar la atención sanitaria a las personas trans», defendió Casado. La entidad denunció también que algunos usuarios son sometidos en la consulta psicológica a tests de personalidad y evaluaciones destinadas a detectar posibles psicopatologías.

La entidad considera que estas prácticas contravienen la normativa autonómica para garantizar los derechos de las personas LGTBI y el protocolo sanitario de atención a las personas trans.

En particular, cuestionó que quienes quieren iniciar un tránsito sanitario sean derivados de manera automática a la CDIG y defiende que el acompañamiento psicológico debe ser voluntario.

También en este punto el hospital rechazó las acusaciones. Son Espases aseguró que acudir a la consulta psicológica «en ningún caso es preceptivo ni obligatorio» y que se ofreció solo como «un recurso asistencial más» a disposición de las personas que inician un proceso de tránsito.

«El paciente puede voluntariamente hacer uso de este recurso o no», afirmó el hospital, que explicó que este acompañamiento se ofrece debido a que el proceso de tránsito sanitario puede prolongarse durante un periodo extenso.

> Ben Amics ofrece acompañamiento a las personas que están transicionando de género

Ben Amics, por su parte, aseguró haber recopilado varios testimonios que cuestionan el funcionamiento de la consulta y solicitó una reunión con la conselleria de Salud para exponerlos y reclamar «que se elimine esta unidad tal y como está funcionando».

«Las personas trans no necesitan ser evaluadas psicológicamente para demostrar quiénes son», apuntó Casado, que reclamó una atención sanitaria basada en el acompañamiento, el respeto a sus derechos y el acceso a los tratamientos que necesite cada paciente. La asociación recordó que ofrece acompañamiento a las personas que están transitando de género, y que, según su interpretación del protocolo, pasar por la Consulta de Identidad de Género no es obligatorio para obtener una cita con Endocrinología. ■

04 -10-2026 ÚLTIMA HORA

# Los veterinarios buscarán alianzas con otros sanitarios para tratar el desgaste laboral

**S. V.** | PALMA

El Colegio Oficial de Veterinarios de las Illes Balears (COVIB) quiere poner el bienestar emocional de los profesionales del sector en el centro de sus prioridades, ante el aumento de la presión y el desgaste que soporta el colectivo, según anunció su presidenta, Ana Sancha, durante la celebración de Sant Francesc d'Assís, patrón de los veterinarios, que reunió a unas 240 personas en Casa Esment, en Marratxí.

Sancha avanzó que la entidad buscará alianzas con otras profesiones sanitarias, como la psicología y la enfermería, para impulsar proyectos dirigidos a mejorar el bienestar emocional de los veterinarios, dentro de una estrategia para reforzar también el reconocimiento profesional, institucional y social.



**Ana Sancha dio la bienvenida a los profesionales.** Foto: F. BIAGI

La jornada sirvió también para nombrar presidente de honor del COVIB a Ramon García, en reconocimiento a sus 30 años de vinculación con la institución, 6 en la Junta de Gobierno y 24 como presidente, además de dar la bienvenida a los nuevos colegiados y distinguir a los profesionales con 25 y 50 años de ejercicio.

06 -10-2026 DIARIO DE MALLORCA

**Fútbol sala**

# El deporte y la salud mental se dan la mano en 'Sana-ment'

José Tirado reflexiona sobre cómo afrontar las dificultades a raíz de la depresión que sufrió ● «Se tiene que pedir ayuda profesional», afirma

JAUME A.
Palma

El Consell de Mallorca y el Illes Balears Palma Futsal – Fundación Miquel Jaume han organizado la segunda conferencia del ciclo 'Sana-ment', una iniciativa que tiene como objetivo acercar a la ciudadanía conocimiento riguroso sobre el papel de la actividad física en la promoción del bienestar emocional y la salud mental.

Con el título «Caure, aturar-se, tornar», la sesión fue protagonizada por José Tirado, presidente ejecutivo del Illes Balears Palma Futsal y reconocido profesional del mundo del deporte, distinguido en cuatro ocasiones consecutivas como mejor director deportivo del mundo.

A la jornada asistieron el presidente del Consell de Mallorca, Lloreng Galmés; el consejero de Medio Ambiente, Medio Rural y Deportes, Pedro Bestard; el director insular de Deportes, Toni Prats, y el primer teniente alcalde del Ayuntamiento de Palma, Javier Bonet, entre otras autoridades, así como la plantilla al completo del Palma Futsal.

Durante su intervención, José Tirado reflexionó sobre la necesidad de afrontar las dificultades y los momentos de cambio, a raíz de la depresión que sufrió: «La salud mental es un problema grave en la sociedad, y muchas veces no queremos levantar la mano, nos da vergüenza o miedo, incluso. Al tocar fondo, entendí que no podía más». «Se puede salir, pero se tiene que pedir ayuda profesional, este sería mi primer consejo. Si los equipos técnicos y deportivos estamos para hacer la tarea de mejora en la gestión de un club, los profesionales sanitarios de la psiquiatría y la psicología, están para ayudar en la gestión de los procesos de depresión. Son profesionales que te ayudan a resurgir», destacó.

Firma de foto


**La plantilla del Palma Futsal arropó a su presidente, José Tirado.**

La conferencia incluyó también una mesa redonda abierta a la participación del público, en la cual participaron Inés Angélico, psiquiatra del Hospital Universitario Son Espases, y Álex Sánchez Palomero, deportista paralímpico y bronce en los Juegos Paralímpicos de Pekín 2008 y Tokyo 2021.

Los tres ponentes aportaron diferentes perspectivas sobre la relación entre el deporte y el bienestar emocional, y compartieron experiencias y reflexiones sobre cómo afrontar las dificultades y los momentos de mayor complejidad personal. ■

# «Los valores que transmite el deporte me ayudaron durante mi peor momento»

▶ El presidente del Palma Futsal, **José Tirado**, ofrece una charla sobre bienestar emocional enmarcada en el Día de la Salud Mental

**Adrián Oliver** | PALMA

Reconocer estar en situación de vulnerabilidad emocional, cómo buscar ayuda y el papel que tiene el deporte en toda esta ecuación. Estos son algunos de los temas que trató ayer el presidente ejecutivo del Palma Futsal, José Tirado, en una charla enmarcada en 'Sana-ment', una iniciativa impulsada por el Consell de Mallorca a pocos días del Día de la Salud Mental, que se celebra cada 10 de octubre, donde se pretende poner en valor la actividad física como una forma de mejorar el bienestar y la salud mental.

La charla, bajo el título 'Caure, Aturar, Tornar' tuvo lugar en el Hotel Aubamar Palma Resort en el Arenal, y a la ponencia de Tirado le siguió una mesa redonda donde participaron Inés Angélico, psiquiatra del Hospital Universitario Son Espases, y Álex Sánchez Palomero, deportista paralímpico y medallista de bronce en los Juegos Paralímpicos de Pekín 2008 y Tokyo 2021.



El presidente ejecutivo del Palma Futsal, José Tirado. Fotos: PERE BOTA

El encargado de inaugurar el acto fue el vicepresidente segundo y conseller de Medio Ambiente, Medio Rural y Deportes, Pedro Bestard, quien subrayó que «el deporte, como herramienta clave, es básico para tener una sociedad sana, fuerte y cohesionada. En las Islas, las cifras de personas atendidas por depresión en los centros de atención primaria son alarmantes: 33.000 al año».

Tras la intervención Bestard le siguió la ponencia de Tirado, que giró entorno a su historia con la depresión, «una enfermedad silenciosa que te come por dentro», y la manera de encontrar la fortaleza y la valentía para superar las dificultades y lograr levantar cabeza: «Al tocar fondo, entendí que no podía más. Se puede salir, pero se tiene que pedir ayuda profesional, este sería mi primer consejo. Si los equipos técnicos y deportivos estamos para hacer la tarea de mejora en la gestión de un club, los profesionales sanitarios de la psiquiatría y la psicología, están para ayudar en la gestión de los procesos de depresión».

También ha hecho referencia a cómo el deporte, concretamente los valores que este inculca como el «esfuerzo, el sacrificio, la constancia y la capacidad de caerse y levantarse», fueron un empuje en su proceso de recuperación.

Seguidamente llegó la mesa redonda, momento en que ya participaron Angélico y Sánchez. Este último centró su intervención en su proceso de aceptación del accidente que le dejó el brazo derecho sin sensibilidad, y donde el deporte tuvo un papel importante: «El deporte, especialmente la natación y el triatlón, me ha dado un espacio de conversación conmigo mismo, tanto con mi parte más brillante como con mi parte más oscura. Muchas veces nos falta tener esa conversación en soledad y equilibrar ambas partes. La vida es caerse, intentar levantarse y seguir adelante».




**Mesa redonda.** De izquierda a derecha, la periodista y moderadora María Mayans; la psiquiatra Inés Angélico; el presidente del Palma Futsal, José Tirado, y el deportista paralímpico Álex Sánchez.

Por su parte, Angélico puso el énfasis en sobre qué hacer si sospechamos que alguien de nuestro alrededor podría estar pasando por algún problema mental: «Hay que estar abiertos y disponibles, escuchando activamente sin ir con una idea prefijada de lo que la otra persona necesita. A veces, con la mejor intención, se intenta obligar a la persona a salir a pasear o hacer deporte cuando realmente no puede levantarse de la cama, y eso solo lo empeora. No hay una fórmula mágica ni un modelo único».

Por último, el presidente del Consell de Mallorca, Llorenç Galmés, cerró el acto recordando la importancia del acompañamiento durante todo el proceso de sanación: «Una de cada cuatro personas en Balears sufrirá un trastorno de salud mental. Personas que en algún momento sentirán que no son suficientes, que no son valoradas, que su vida no importa. Y desde aquí, les queremos decir que sí: que su vida es importante y, sobre todo, que no están solas».

▶ **INTROSPECCIÓN**

**Tanto Tirado como Sánchez remarcaron la importancia de entablar conversación con uno mismo en los momentos más duros**

MotoGP



Un grupo de pilotos de MotoGP, liderados por el japonés Ai Ogura, ayer, en la presentación del GP de Motegi.

**Mundial de motociclismo**

En el último GP del año, el campeonato les entregará un cuestionario, diseñado por expertos en la materia, para que lo analicen durante el invierno y entreguen sus respuestas en el primer test del 2027, en Tailandia

# MotoGP evaluará la salud mental de sus pilotos este invierno

EMILIO PÉREZ DE ROZAS
Palma



«Yo también estoy aprendiendo, estoy aprendiendo mucho y, por supuesto, todo lo que estoy aprendiendo me servirá para ser mejor médico y, sin duda, para mi día a día. Llevo mucho tiempo conversando, trabajando y entrevistándome con los mejores especialistas de salud mental de este país, que son muchos y muy buenos, porque creo que es una faceta de la salud primordial y cada vez más importante».

El doctor Ángel Charte, uno de los cien mejores médicos europeos según diversos estudios, internista del Hospital Universitari Dexeus-Quirón de Barcelona y máximo responsable médico del Mundial de motociclismo, acababa de llegar a Motegi (Japón), donde se disputó este pasado fin de semana el gran premio en el circuito propiedad de la firma Honda.

Charte hace tiempo que quiere introducir en el campeonato de las dos ruedas una fórmula, una manera, un sistema, un modo, sin pisar callos, de ayudar a los pilotos a estar mejor preparados para afrontar el reto, no solo físico, no solo deportivo, también mental de competir en las mejores condiciones y, por supuesto, con la mayor seguridad posible.

«Mire, en este deporte todavía pasan pocas cosas pues, pilotando a 350 kilómetros por hora, deberían pasar más cosas de las que ocurren. Estos muchachos se caen, insisto, a 300, se levantan, se salpican el polvo de sus monos, salen corriendo a por la moto o regresan a su boxe y cogen la segunda moto y vuelven pitando hacia la pista a 350 kilómetros por hora. Para hacer algo así, repetidamente, no solo tienes que ser un fenómeno pilotando o un portento físico, tienes que tener, también, la cabeza en su sitio. Y eso sí que nos preocupa», continúa explicando Charte.

Charte siempre ha defendido que esa tesis tan extendida de que estos muchachos son únicos, especiales, unos héroes, es falsa, «puro cuento, una leyenda urbana; son como todos nosotros, ni más ni menos». Lo que sí es cierto, según explica el responsable de la salud del Mundial, es que «estos jóvenes gestionan muy bien su profesión, su trabajo, su día a día. Ellos quieren correr. Y cualquier accidente les parece poco. O nada. Aunque eso está cambiando, pues empiezan a valorar que, a menudo, tienen mucha suerte».

Charte, apoyado por los organizadores del Mundial y, muy especialmente, por Carmelo y Carlos Ezpeleta, máximos responsables del campeonato, ha tomado la decisión de empezar a intervenir o, como poco, sondear a la parrilla de MotoGP, respecto a la salud mental de cada uno de sus miembros. El doctor no quiere, ni mucho menos, imponer nada, quiere convencer a los pilotos de que sería bueno para todos, pero muy especialmente para ellos, trabajar, muy discretamente, con especialistas de salud mental.

«El tema de la salud mental tiene dos vertientes. Una personal, de estabilidad emocional y una segunda, en este caso preocupante, que es la desestabilidad mental que pueda sufrir uno de nuestros pilotos, por la razón que sea, lo que supondría un peligro para el resto de la parrilla», comenta Charte.

«Insisto, los conozco a todos y tengo muy buena relación con ellos y no solo porque sea su médico de confianza, no, sino porque llevo ya muchos años hablando con ellos, de lo suyo, de lo mío y de las carreras, es por eso que sé que son tremendamente profesionales en lo suyo, en su preparación y que tienen la cabeza metida, cien por cien, en la competición, por ello creo que ha llegado el momento de que podamos avanzar en una ayuda más y sondear su salud mental, vital en cualquier orden de la vida. Ellos deben ver este proyecto como algo que se ha pensado para su beneficio y estabilidad», insiste.

¿Cuál es el siguiente paso a todas las charlas que el doctor ha mantenido con los pilotos?, pues entregarles, en Valencia, en el último fin de semana de esta intensa y vibrante temporada, un test sobre salud mental, cuyo protocolo y contenido está ya casi terminado.

«Será un test sencillo, que no querrá saber nada raro de sus vidas, de su infancia, de su juventud, de su familia. No habrá ninguna pregunta retorcida, escabrosa, no nos interesa nada de todo eso. Es un cuestionario que están preparando especialistas en la materia, por eso digo que estoy aprendiendo porque yo no soy experto en salud mental, aunque me interesa mucho, y que los pilotos deberán rellenar durante el invierno y devolvérmelo en el primer test de la próximo temporada en Tailandia».

A partir de ahí, los especialistas seleccionados por el doctor Charte y él mismo estudiarán las respuestas, los comentarios, las sugerencias que pudieran hacer los pilotos en ese documento. «Y si vemos, si descubrimos, que hay alguna cuestión preocupante, deberemos intervenir, con tacto, por supuesto, con la autorización de los pilotos, pero, si es necesario, teniendo la necesidad y la obligación de cambiar algunos detalles del reglamento».

Charte, que está convencido, básicamente por las charlas que mantiene con los pilotos, que todos aceptarán someterse a este estudio, insiste en que la intención de este proyecto «es mejorar su vida, su salud mental, su estado, liberarles, tal vez, de problemillas que podamos detectar y ayudarles a solucionarlos. Mire, este es un deporte donde los profesionales soportan presiones tremendas, pilotan con enorme tensión y responsabilidad, donde los pilotos pelean contra sí mismos y se juegan la vida, son demasiadas cosas juntas en la cabeza y debemos ayudarles en todo lo que podamos. Es evidente que no pensamos obligarles a nada, pero creo que ha llegado el momento de ponernos manos a la obra en esa dirección, por su bien y por el bien de nuestro deporte».

Charte insiste en que, antes de confeccionar ese test, esa encuestas, ese sondeo, ha seleccionado, con enorme mimo y mucha ayuda, a algunos de los mejores especialistas españoles en salud mental, que se han mostrado encantados en ayudar al Mundial de motociclismo en este importante paso. ■

# Presentan la nueva campaña de salud mental 'Com estàs?'

## Más de 5.000 pacientes fueron atendidos en los centros de salud en Balears

PATRICIA SOLER
Palma

Con el lema «*Com estàs?*», Manuela García, consellera de Salud, presentó la nueva campaña de salud mental del Govern con la que busca concienciar a la población sobre la importancia del bienestar emocional y, sobre todo, aprender a reconocer cuándo no estamos bien y necesitamos ayuda. «Es importante hacernos esta pregunta con intención, parar a escucharnos y poder decirnos: 'No estoy bien, necesito ayuda', o simplemente reconocer que estamos pasando por un momento difícil», señaló García. Desde la Direcció General de Salut Mental apuntan que, a medio o largo plazo, su objetivo sería ampliar la plantilla de psicólogos generales sanitarios, de los 16 actuales a 61 repartidos en todos los centros de salud de Balears.

Para el Día Mundial de la Salud Mental, que se celebra el 10 de octubre, se han organizado esta semana diversas actividades informativas, culturales y comunitarias impulsadas por la Dirección General de Salud Mental del Govern balear.

Mañana, a las 19.00 horas, tendrá lugar una conversación con Elsa Punset en el Conservatori de Mallorca, mientras que el domingo el Real Club Deportivo Mallorca acogerá diversas actividades relacionadas con la salud mental, donde los ciudadanos podrán obtener información y orientación. «Hablar es el primer paso para pedir ayuda. Por este motivo, los sanitarios deben ser accesibles y cercanos», afirmó la consellera de Salud, Manuela García.

### Población adulta

La directora general de Salud Mental, Maria del Carme Bosch, destacó ayer que la mayoría de las consultas corresponden a población adulta. En Mallorca, se atendieron a 2.800 pacientes, que realizaron un total de 14.171 consultas. Estos datos reflejan una media aproximada de tres consultas por paciente, que permite llevar a cabo un seguimiento de la evolución de las personas atendidas.

El perfil mayoritario corresponde a mujeres, que representan el 70 % con una edad media situada entre los 35 y los 65 años. Principalmente, la intervención se realizó de manera individual.

> La principal causa que empuja a solicitar atención psicológica es la relación familiar

En cuanto a las causas que llevan a los ciudadanos a solicitar atención psicológica, los principales motivos están relacionados con problemas familiares y dificultades vinculadas al grupo de apoyo o al entorno cercano del paciente. Un 27% de las consultas fueron circunstancias de carácter psicosocial, entre ellas problemas laborales, desempleo u otras situaciones que afectan al bienestar emocional.

### 22.900 consultas

Asimismo, un 14% de los casos estuvo vinculado a dificultades con el entorno social. En total, se atendieron a más de 5.000 pacientes y se han registrado cerca de 22.900 consultas en los centros de salud de Balears.

La iniciativa permite conocer las causas del malestar emocional entre la población y la sintomatología más común fue de carácter depresivo o ansioso. El programa se presenta como una herramienta para detectar de forma precoz diferentes patologías y ofrecer así, una primera respuesta desde los centros de atención primaria, que son los encargados de derivar al paciente a servicios especializados cuando sea necesario, y que todos los ciudadanos de Balears puedan disponer de atención psicológica en su centro de salud. ■

CAIB




Manuela García, consellera de salud, durante la presentación de las actividades del Día de la Salud Mental.

# Sergi Darder y Jaime Anglada protagonizan las charlas sobre bienestar emocional del Govern

## Se refuerza el número de psicólogos en los centros de atención primaria en Balears

P. SOLER
Palma

Con motivo del Día Mundial de la Salud Mental, la Direcció General de Salut Mental anuncia que de tener 16 psicólogos generales sanitarios pasará a tener 61 repartidos en los centros de Balears. Además, Mallorca acoge diversas actividades dirigidas a las familias para visibilizar diferentes aspectos relacionados con el bienestar emocional.

Entre ellas, han destacado la charla *Trastornos de la conducta alimentaria: prevenir, comprender y acompañar* y los cinefórums de las películas *Gente corriente* y *Beautiful Boy: Siempre serás mi hijo*, que han combinado proyecciones, coloquios y espacios de reflexión y han reunido a más de 200 asistentes.

### «Llorar todos los días»

El jugador del RCD Mallorca, Sergi Darder, será uno de los protagonistas de las charlas organizadas para abordar la salud mental y el bienestar emocional. El futbolista ha explicado públicamente en anteriores ocasiones que atravesó una depresión y que llegó a «llorar todos los días».

Ahora compartirá su experiencia y hablará sobre el proceso de recuperación que ha vivido. Junto a Darder, participarán en estas jornadas la periodista y cineasta Victòria Morell, el DJ y *showman* Jaume Colombàs, el cantautor Jaime Anglada, el presidente del Palma Futsal, José Tirado, y Ana Rey, profesora y protagonista del documental *Sacar Pecho*.

Las charlas abordarán diferentes realidades relacionadas con la salud mental, entre ellas la ansiedad, la depresión, los trastornos de la conducta alimentaria y el impacto emocional de superar un cáncer de mama, y se tratarán cuestiones como la depresión posparto y el suicidio.

La Dirección General de Salud Mental anima a la ciudadanía a participar activamente en las actividades programadas y a aprovechar estos días para poner en valor la importancia del bienestar emocional y del cuidado de la salud mental.

### Campaña 'Com estàs?'

Asimismo, se invita a la ciudadanía a realizar un gesto tan sencillo como necesario: preguntar a alguien de su entorno *Com estàs?* y dedicar tiempo a escuchar con atención su respuesta. Una conversación, una muestra de interés, unas palabras de apoyo o una escucha atenta pueden ser el primer paso para romper el aislamiento, reducir el estigma que todavía rodea a los problemas de salud mental y fomentar el apoyo mutuo. ■

Cati Cladera



El jugador del Mallorca, Sergi Darder.

**Día Mundial**

La Federació de Salut Mental reclama más recursos y un modelo de atención más humano y comunitario en una jornada reivindicativa celebrada en Sineu y que contó con la presencia de representantes institucionales

# Mallorca reivindica una salud mental más humana

ROSA FERRIOL
Sineu



Fotografías de B. Ramon




Los asistentes a la jornada se manifestaron ayer bajo el lema «El tercer sector també és salut mental».



Xanguito puso en danza a la numerosa parroquia congregada en la plaza de Sineu.

La salud mental no empieza ni termina en la consulta de un psicólogo o un psiquiatra. También se construye en el día a día, en el acceso a una vivienda digna, en las oportunidades laborales, en las relaciones personales y en la posibilidad de desarrollar un proyecto de vida autónomo. Este fue el principal mensaje que las entidades del tercer sector de Balears quisieron trasladar ayer en Sineu con motivo de la jornada reivindicativa del Día Mundial de la Salud Mental, que se conmemora el 10 de octubre. Bajo el lema «*El tercer sector també és salut mental*», la Federació de Salut Mental reclamó un cambio de mirada, un cambio de modelo que vaya más allá de la atención sanitaria y reconozca el papel fundamental de las entidades sociales en la recuperación y el acompañamiento de las personas con problemas de salud mental.

La reivindicación no se limitó a reclamar más recursos, sino que planteó una transformación hacia un sistema más humano, comunitario y desinstitucionalizado. En su manifiesto, la federación defendió una atención centrada en los derechos, la autonomía y la inclusión social, que integre plenamente los servicios sanitarios con los recursos sociocomunitarios. En este sentido, las entidades insistieron en que su labor no debe considerarse un complemento del sistema sanitario, sino una parte «imprescindible» del modelo de salud mental que necesita Balears.

Desde los programas de inserción laboral y las viviendas supervisadas hasta los grupos de apoyo mutuo, el acompañamiento a las familias o las iniciativas de sensibilización contra el estigma, el tercer sector reivindica su contribución a una recuperación que no consiste únicamente en reducir los síntomas de una enfermedad, sino también en recuperar vínculos, oportunidades y derechos. «La recuperación continúa mucho más allá de una consulta», subrayó el manifiesto, que apeló a una responsabilidad compartida entre las administraciones, los profesionales sanitarios y las entidades sociales.

La importancia de esta labor se refleja también en las cifras. Las seis entidades que integran la Federació de Salut Mental de les Illes Balears atendieron durante 2025 a un total de 1.545 personas, a través de programas de inserción laboral, vivienda, apoyo a la vida diaria y comunitaria, prevención, sensibilización y acompañamiento a las familias. Para desarrollar esta tarea, las organizaciones cuentan con 392 profesionales y trabajadores, que contribuyen a mejorar la autonomía y la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental.

Así, la plaza de la iglesia de Sineu se llenó de usuarios de las entidades que integran la federación: la Associació Gira-Sol, la Fundació Es Garrover, Estel de Llevant, la Fundació Tutelar Demà, la Fundació Deixalles y GREC. Tampoco faltó el alumnado del IES Sineu, del CEIP Rodamilans y del CEPA Es Pla. Los centros educativos se sumaron a la jornada reivindicativa con la idea de poner el foco en la prevención y la sensibilización sobre la salud mental desde edades tempranas. Y es que la federación tiene claro que actuar antes de que el malestar se agrave es una parte esencial de la salud mental y que las aulas son un espacio fundamental para normalizar estas conversaciones, reducir el estigma y facilitar que los jóvenes puedan pedir ayuda cuando lo necesiten.

El presidente de la Federació de Salut Mental, **Guillem Febrer**, insistió en que la salud mental debe abordarse desde una perspectiva global, que vaya más allá del diagnóstico y del tratamiento médico. «La salud mental no empieza con un diagnóstico ni termina con una medicación», señaló, reivindicando el papel de las entidades sociales para acompañar a las personas en su recuperación y ayudarlas a desarrollar su propio proyecto de vida. Febrer defendió que la atención sanitaria y la labor del tercer sector son igualmente necesarias y complementarias, por lo que reclamó un mayor reconocimiento de las entidades, así como recursos suficientes y una financiación estable para garantizar la continuidad de sus programas.

**«La recuperación continúa mucho más allá de una consulta», subrayó el manifiesto**

## Vivienda

Una de las principales preocupaciones del tercer sector es el acceso a la vivienda. Así lo explicó **Gori Molina**, gerente de la Fundació Es Garrover, quien advirtió de que las dificultades para encontrar un hogar en Mallorca se agravan en el caso de las personas con problemas de salud mental que, además, deben enfrentarse a los prejuicios y al estigma social. «La vivienda es el eje central a partir del cual podemos construir la autonomía de una persona para que pueda llevar la vida que quiere», defendió. En este sentido, destacó el programa de viviendas compartidas impulsado por la federación en colaboración con el Govern, que permite a los usuarios desarrollar una vida lo más autónoma posible con el acompañamiento de profesionales. Actualmente, según Molina, las entidades de la federación cuentan con unas 50 viviendas compartidas en las que residen entre 120 y 150 personas.

La jornada también contó con la presencia de representantes institucionales. La consellera de Famílies, Benestar Social i Atenció a la Dependència, **Sandra Fernández**, agradeció la labor de las entidades y la implicación de los centros educativos, y destacó el esfuerzo realizado esta legislatura para ampliar los recursos residenciales destinados a personas con problemas de salud mental. «Hemos creado más plazas y más servicios, como los pisos compartidos», señaló, defendiendo la importancia de facilitar una vivienda a quienes necesitan este último apoyo para desarrollar su proyecto de vida.

Por su parte, la presidenta del Congreso de los Diputados, **Francina Armengol**, recordó que «sin salud mental no hay salud» y puso el foco en el impacto de la crisis de la vivienda sobre el bienestar emocional, especialmente entre las mujeres. Armengol reivindicó la necesidad de destinar presupuesto público tanto a las entidades del tercer sector como a las políticas de vivienda, que ha considerado uno de los pilares fundamentales del Estado del bienestar.

Por su parte, el alcalde de Sineu, **Tomeu Mulet**, celebró que el municipio haya acogido una jornada que combina la reivindicación con un ambiente festivo y destacó especialmente la participación de los centros educativos y las entidades sociales. «Hay que dar visibilidad a la salud mental», insistió, poniendo en valor la importancia de celebrar actos como este para acercar esta realidad al conjunto de la ciudadanía.

Y es que, más allá de las reivindicaciones y los discursos, la jornada también fue una celebración. La música, el baile y la alegría pusieron el broche final al encuentro de la mano de Xanguito, cuyo concierto llenó de ritmo la plaza de Sineu y animó a los asistentes a bailar y disfrutar de una jornada en la que la salud mental también se reivindicó desde la convivencia, la participación y la fiesta. ■

# Piñero invirtió tres millones de euros en bienestar y formación de sus trabajadores durante 2025

**R. L.** | PALMA

El grupo turístico mallorquín Piñero destinó cerca de tres millones de euros durante 2025 a programas de bienestar laboral y formación de sus trabajadores, según recoge su última Memoria de Sostenibilidad.

La compañía concentró el grueso de esta inversión en mejorar las instalaciones destinadas a sus empleados y en iniciativas de desarrollo profesional. A estas partidas se suman otros 390.000 euros dedicados a proyectos sociales en los destinos donde opera.

En concreto, Piñero invirtió 2,3 millones de euros en su programa Empresa Saludable, dirigido a mejorar las condiciones laborales y promover el bienestar físico y emocional de su plantilla.



Trabajadores de Piñero en una de las actividades programadas.

La formación constituyó el segundo capítulo de inversión, con más de 677.000 euros destinados a impartir cerca de 108.000 horas lectivas y más de 63.000 asistencias. Los cursos abordaron materias como liderazgo, prevención de riesgos, sostenibilidad, ciberseguridad y capacitación técnica. La consejera delegada global del grupo, Encarna Piñero, subrayó el compromiso de la compañía con el bienestar de sus trabajadores y el desarrollo de las comunidades locales.

# «La medicación ayuda, pero si te rindes, es igual la cantidad que tomes»

**▶ Mariemma Català,** de 22 años, explica la evolución de su experiencia con la ansiedad y la depresión

**J.J.Serra** | PALMA

Mariemma Català, de 22 años, tiene diagnosticadas ansiedad y depresión. El diagnóstico le llegó el pasado diciembre, pero tiene ataques de ansiedad desde los 11 años. Durante todo este tiempo, le han hecho numerosas pruebas cuyo resultado no pasaba del «tiene un poco de ansiedad». Mariemma estudia Periodismo en el CESAG, pero este curso no se ha matriculado «porque quiero estabilizarme y hacer las cosas poco a poco. Tampoco quería dejar de estudiar del todo y este año me he matriculado en un grado de técnico de Emergencias Sanitarias porque me puede ofrecer la oportunidad de ayudar a la gente. Por ejemplo, hay personas que sufren ataques de ansiedad en plena calle y la asistencia tiene que cubrir esa situación».

Con motivo del Día de la Salud Mental, hoy, 10 de octubre, Mariemma explica que «hay días mejores y peores,. En estos últimos, no te entiendes a ti misma, dejas de ser una persona funcional incluso para levantarte de la cama. Resulta muy frustrante. La medicación ayuda, pero no hace milagros. En cualquier caso, en los días muy malos me permite estar un poco mejor. En cuanto al entorno familiar y de amistades, hay días en los que estoy más abierta a que me ayuden, pero aun así me siento sola. No necesito que estén todo el rato preguntándome cómo estoy. Soy consciente de que si estoy mal, mi entorno también lo está, y no es fácil gestionarlo. Está claro que mi evolución no es una línea recta, pero todo ello me sirve para aprender sobre mí misma y mi entorno también lo hace».

La medicación ayuda, pero uno tiene que poner de su parte: «Si te rindes, es igual la cantidad de medicación que tomes. Estar así no gusta a nadie. Quiero tener una vida para el futuro. Si no fuese así, no lo intentaría», apunta Mariemma.

En la conversación interviene Laura Muñoz, profesora de los grados de Educación del CESAG, para incidir «en la alfabetización emocional. La depresión llega como un desconocido, pero hay que aprender a conectar con las emociones y ponerles nombre. Con nombres, entiendes mejor lo que que te pasa y adquieres más capacidad de gestionar y comunicar. Son importantes un entorno y una red protectora para acompañar y sostener, pero lo son igualmente unos hábitos saludables y dormir bien. Precisamente porque es una enfermedad invisible, hay que hacerla visible con alfabetización emocional desde pequeños y ahí puede jugar un papel muy importante la red escuela-familia, con observación y una escucha activa».




Laura Muñoz y Mariemma Català, ayer en el CESAG. Foto: TERESA AYUGA

**«No necesito que estén preguntándome todo el día cómo estoy; hay días en que estoy más abierta a que me ayuden, pero aun así me siento sola»**

**«Todo este proceso me sirve para aceptar lo que soy y está marcando un propósito de vida: ayudar a los demás»»**

**Mariemma Català**
ESTUDIANTE

PRIMERA PERSONA

¿Hay una causa concreta? Mariemma se refiere a que tuvo una lesión de espalda que le impidió practicar su deporte favorito, la hípica, y a que el fallecimiento de su abuelo la dejó una semana sin levantarse de la cama. Cree que se reunieron diversos factores, pero coincide con Laura Muñoz en que «no se necesita un desencadenante externo. Hay niños que desde muy pequeños empiezan a manifestar ansiedad. Se habla de que mi generación es de cristal, pero no hay que tener miedo a ser juzgados. Hay quien comenta que somos unos exagerados, unos locos. No son capaces de ponerse en el lugar de la otra persona. Hubo días en que tenía que salir de clase, lo necesitaba, pero había profesores que no lo entendían».

Mariemma es consciente de que «tengo recursos para salir de esta situación porque me han enseñado a manejarlos. Cuando pedí ayuda, es que no podía más. Ahora noto una evolución positiva y no tengo ataques de ansiedad tan fuertes. Y si un día estoy mal, pienso que así se valora más estar bien». Laura comenta que «hay que transitar el malestar porque mejora la capacidad de recuperación» y, en este sentido, Mariemma añade que «todo esto me ha servido para el autoconocimiento y aceptar lo que soy, para aprender a convivir con la ansiedad e incluso hablar con ella. Todo el proceso me está marcando un propósito de vida: ayudar a los demás».

## DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

Tras sufrir anorexia nerviosa a los 18 años, esta educadora social de Sineu ha convertido su experiencia personal en una herramienta para acompañar a adolescentes en los institutos de Mallorca y combatir los prejuicios sobre la salud mental

# Aina Niell, del silencio a ayudar a otros a encontrar su voz

ROSA FERRIOL
Sineu



B. Ramon



Aina Niell posa en Sineu, donde el jueves se celebró la jornada con motivo del día mundial de la salud mental.

Hoy sábado se conmemora el Día Mundial de la Salud Mental. Una fecha para poner palabras a realidades que durante demasiado tiempo se han vivido en silencio. **Aina Niell** es de Sineu y conoce bien ese silencio. A los 18 años sufrió anorexia nerviosa y descubrió en primera persona el peso de los prejuicios, la incomprensión y las carencias del sistema sanitario. Diez años después, ha transformado aquella experiencia en una forma de ayudar a otros. Hoy es educadora social y activista por la salud mental, y entra en las aulas de los institutos de Mallorca para ofrecer a los adolescentes algo que ella echó en falta cuando tenía su edad: un espacio donde poder hablar sin miedo a ser juzgados.

Cuando Aina Niell tenía 18 años, recibió un diagnóstico de anorexia nerviosa. No era su primer contacto con la atención psicológica. Durante su etapa en el instituto ya había sido derivada a una psicóloga por un trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). Sin embargo, fue aquella experiencia con un trastorno de la conducta alimentaria la que le hizo tomar conciencia de las carencias que, a su juicio, existían en el sistema sanitario y de los prejuicios que todavía rodeaban a las personas con problemas de salud mental. Era 2016 y hablar abiertamente de estas cuestiones no era habitual. «La salud mental era un tema tabú, algo que se vivía desde la sombra. Yo, que era de pueblo, tenía miedo de hablar de ello para que no me pusieran la etiqueta de loca», recuerda.

**En el instituto, Niell sufría TDAH y, al moverse mucho en clase, tuvo conflictos con algunos profesores**

Diez años después, Niell ha convertido aquella experiencia en una herramienta para ayudar a otros jóvenes. Es educadora social y trabaja en el proyecto *Flip Up*, una iniciativa que interviene en el ámbito educativo, inicialmente con alumnos de Formación Profesional Básica, con la intención de ampliar su alcance. Su historia personal está presente en cada una de sus intervenciones. «Cuando voy a los institutos no voy solo como profesional. Voy como persona, como alguien que también ha sido adolescente y ha pasado por situaciones parecidas. Les hablo de tú a tú, desde mis propias vivencias, para que sientan que, si yo puedo contarlo, ellos también pueden hacerlo», explica.

Niell recuerda que, durante su adolescencia, no siempre encontró comprensión en el entorno educativo. Su TDAH hacía que se moviera mucho en clase, una conducta que, según relata, era motivo de conflictos con algunos profesores. «No se me entendía. Me penalizaban porque me movía mucho, me sacaban de clase y había conflictos con los docentes», señala. A aquellas dificultades se sumó posteriormente el trastorno alimentario. En ambos casos, asegura, se encontró con una falta de información y de comprensión que condicionó la manera en la que vivía su situación. «No entendía muchas cosas, no les daba voz, no las explicaba. Me sentía la rara, la diferente, y prefería llevarlo en secreto».

Su acercamiento al activismo comenzó mientras estudiaba Educación Social. A través de Instagram conoció la labor de *Obertament*, una iniciativa catalana contra el estigma asociado a la salud mental. Se puso en contacto con la entidad y descubrió que en Mallorca también existía el proyecto, al que se incorporó como voluntaria mientras cursaba la carrera. Fue entonces cuando empezó a participar en actividades educativas en las que compartía su propia historia con adolescentes. Aquella experiencia le permitió comprender mejor lo que había vivido y encontrar su vocación profesional. «Con el activismo empecé a entender muchas más cosas y decidí que quería ser educadora social en el ámbito educativo», explica.

Desde entonces, ha seguido ese camino hasta trabajar directamente con alumnos en los institutos, combinando sus conocimientos profesionales con una perspectiva que considera fundamental: la de alguien que ha vivido en primera persona un problema de salud mental.

### Confianza

Para Niell, una de las claves de su trabajo es la relación de confianza que consigue establecer con los adolescentes. El hecho de acudir a los centros como una profesional externa, que no forma parte del profesorado habitual, facilita que algunos estudiantes se abran y expliquen situaciones que de otro modo guardarían para sí mismos. «Sienten que vas allí a ayudarlos, que pueden contarte las cosas. Generamos espacios seguros donde se puede hablar de todo y donde no hay prejuicios», explica. Su experiencia con el TDAH y los trastornos alimentarios le permite conectar con alumnos que atraviesan dificultades similares. «Aún queda mucho trabajo por hacer y sigue habiendo profesores con prejuicios», lamenta. Por eso, defiende que los programas de acompañamiento emocional dentro de los centros educativos no se limiten a intervenir cuando aparece un problema, sino que permitan hablar abiertamente de salud mental y generar vínculos de confianza con los jóvenes.

Al comparar la situación actual con la de hace diez años, Niell reconoce que se han producido avances. La salud mental tiene una mayor presencia en la conversación pública, se habla más de ella y existen nuevos recursos, especialmente impulsados desde el tercer sector y las entidades privadas o concertadas. Sin embargo, considera que todavía persisten importantes carencias en la atención pública. «Se intenta generar más recursos, pero muchos mantienen una mirada del pasado. Los ingresos todavía se hacen siguiendo un modelo muy clínico y eso tiene que mejorar», sostiene.

La educadora social cuestiona especialmente que la respuesta a los problemas de salud mental se centre demasiado en el tratamiento farmacológico, sin garantizar siempre un acompañamiento psicológico suficiente. «Hay una tendencia a pensar que los fármacos son la solución. La medicación no puede ser la única respuesta; tiene que haber una terapia que acompañe», reivindica. En su opinión, es necesario aumentar la presencia de profesionales de la psicología tanto en el sistema sanitario como en los centros educativos, además de avanzar hacia una atención que tenga más en cuenta las circunstancias y las necesidades de cada persona.

**«La medicación no puede ser la única respuesta; debe haber una terapia que acompañe», señala**

La activista también pone el foco en dos entornos fundamentales para los adolescentes: la escuela y la familia. En el caso de los docentes, considera que muchos carecen de la información y las herramientas necesarias para identificar y comprender determinadas situaciones relacionadas con la salud mental. A ello se suma la sobrecarga de trabajo que soportan. «Los profesores están directamente con los alumnos y les falta información, sensibilización y conocimientos. También están saturados», señala. Por este motivo, reclama más formación sobre las distintas problemáticas de salud mental, tanto para los profesionales de la educación como para los familiares. ■

# ‘Flip Up’ vuelve a las aulas de Mallorca con 420 talleres de salud mental para jóvenes

## El Consell de Mallorca retoma el programa tras superar los problemas administrativos que pusieron en duda su continuidad

R. P. F.
Palma

Consell



**Reunión del conseller con jóvenes que han participado en el programa.**

El Consell de Mallorca ha puesto en marcha una nueva edición de *Flip Up. Dale la vuelta a tus emociones*, un programa de promoción de la salud mental entre los jóvenes que ofrecerá 420 talleres en centros educativos de la isla durante el curso 2026-2027. La iniciativa arranca coincidiendo con el Día Mundial de la Salud Mental, que se conmemora hoy.

En esta segunda edición se han inscrito 24 centros educativos de Mallorca, con un total de 70 grupos participantes. El programa está dirigido principalmente a estudiantes de formación profesional y busca proporcionarles herramientas para comprender y gestionar sus emociones, afrontar situaciones de estrés o ansiedad y reconocer cuándo es necesario pedir ayuda. Los talleres se imparten directamente en las aulas y abordan cuestiones relacionadas con el autoconocimiento, la autoestima, la gestión emocional y las relaciones interpersonales, además de la prevención del malestar psicológico.

### Espacios de confianza

A través de distintas actividades, se pretende crear espacios de confianza en los que los adolescentes puedan expresar sus preocupaciones, compartir experiencias y adquirir recursos que les ayuden a afrontar las dificultades de su día a día.

La nueva edición llega después de los resultados obtenidos durante el primer año del programa, cuando 4.007 alumnos de formación profesional de 30 centros educativos de Mallorca participaron en la iniciativa.

Uno de los datos más destacados del balance del curso 2025-2026 es que 213 estudiantes solicitaron ayuda o asesoramiento emocional a profesores, orientadores u otros profesionales después de participar en los talleres. Desde el Consell de Mallorca destacan este resultado como un indicador de la importancia de facilitar espacios en los que los jóvenes puedan hablar abiertamente sobre su salud mental y aprender a identificar situaciones en las que necesitan apoyo.

Las evaluaciones realizadas durante el primer curso también reflejaron mejoras en la capacidad de los estudiantes para identificar y expresar sus emociones, así como en el conocimiento de estrategias para gestionar el estrés y la ansiedad. Por su parte, el profesorado participante señaló que las actividades contribuyeron a mejorar la convivencia y la cohesión de los grupos, además de favorecer un clima de mayor confianza dentro de las aulas.

Con esta nueva edición, el Consell da continuidad a una iniciativa que pretende reforzar la prevención y la detección temprana del malestar emocional entre los jóvenes, así como normalizar la búsqueda de ayuda profesional cuando sea necesaria.

Cabe recordar que la continuidad de *Flip Up* estuvo en duda el pasado mes de septiembre debido a problemas en la tramitación administrativa del programa, que, según denunció la Federació de Salut Mental, no se había realizado «en tiempo y forma». La situación provocó las quejas de la entidad responsable de los talleres y de los grupos de la izquierda en el Consell, que reclamaron una solución para evitar su suspensión. Finalmente, la institución insular consiguió desbloquear el proyecto tras estudiar distintas alternativas técnicas y jurídicas. ■

Archivo

Apoyo a la infancia

# El defensor del Pueblo propone un protocolo para proteger a las menores tuteladas

## Gabilondo reclama a los centros un estudio específico que valore el riesgo de explotación y abuso sexual que sufren estas víctimas




Ángel Gabilondo, defensor del Pueblo, en una fotografía de archivo.

J. F. MESTRE
Palma



El defensor del Pueblo, Ángel Gabilondo, se ha dirigido por escrito al Consell de Mallorca, proponiendo que aplique un nuevo protocolo de protección para evitar que vuelvan a repetirse los casos de menores tuteladas que terminaron siendo prostituidas, un caso que supuso un gran escándalo a nivel nacional.

La institución lleva cuatro años realizando un seguimiento de estos casos, que pese a que es cierto que los primeros se descubrieron en Mallorca, más tarde se comprobó que estas explotaciones de menores protegidas por la administración también se producían en otras comunidades autónomas. Ante la gravedad del problema, los colaboradores del defensor del Pueblo han realizado visitas a diferentes centros donde residen estas menores, que han sido apartadas de sus familias y residen bajo la tutela de las administraciones insulares.

Una de las propuestas que se plantea es que cada centro debe llevar a cabo un estudio específico sobre el riesgo de explotación y abuso sexual de estas menores tuteladas. El estudio debe incluir tanto el centro como las familias, y preocupa sobre todo los casos de las menores que, antes de ser apartadas de sus padres, ya habían sido prostituidas o fueron víctimas de abuso sexual. También debe incluirse a las menores que sufren algún tipo de discapacidad, porque son más vulnerables. El informe señala que este estudio debe ser utilizada como un instrumento de prevención y protección.

Otra recomendación del informe señala que todas las administraciones deben poner en marcha lo que se denomina el registro unificado de servicios sociales de violencia infantil, así como un registro de información sobre violencia contra la infancia y adolescencia.

El informe también se centra, para evitar que se produzcan nuevos casos de explotación sexual de menores tuteladas, en los propios centros donde residen estas víctimas. Estas residencias deben contar con los requisitos mínimos para una buena organización, con personal técnico y auxiliar preparados, con protocolos de actuación y sobre todo con un régimen claro de infracciones y sanciones para los menores que no cumplen con las normas.

> Se propone que las menores reciban cursos sobre una vida sexual que sea saludable

Ángel Gabilondo incide en que cada centro debe disponer de un protocolo propio de actuación ante un caso de explotación, y por ello es tan importante que la administración disponga de una base estadística que recoja todos los casos detectados de violencia sexual. Estos datos han de servir para realizar una correcta evaluación de la situación, para adoptar las medidas de prevención y de protección para cada una de las víctimas.

### Programas educativos

Otra de las propuestas que propone este nuevo protocolo es que dentro de cada centro tutelado se desarrollen programas educativos sobre una vida afectivo-sexual saludable. Debe ser una información que ha de tener en cuenta las circunstancias especiales de cada menor, y también debe incluir los programas sobre el uso seguro y responsable de las nuevas tecnologías, sobre todo de las redes sociales que afectan a la intimidad, a la imagen y a los datos personales de cada víctima.

Todas estas medidas no tendrían sentido si los centros públicos no disponen de un personal con la preparación adecuada que sepan aplicar este protocolo de prevención cuando detectan algún caso de un menor, que está siendo víctima de una agresión sexual o está siendo prostituido. Para ello, según recomienda Gabilondo, es muy importante la formación continuada del personal, que deben disponer de los conocimientos necesarios para detectar estos casos, abordar el problema y, sobre todo, que sepan acompañar a las víctimas que han sufrido estas situaciones de violencia sexual mientras estaban en el propio sistema de protección.

Cada centro tutelado, para ajustarse a estas recomendaciones, debería elaborar un plan de revisión integral de los recursos con los que cuenta cada residencia, ya que por encima de todo se ha de velar por la protección de estos menores. ■

16 -10-2026 DIARIO DE MALLORCA

Abuso sexual infantil

# Fabiola Martínez: «El dolor es algo con lo que aprendes a vivir, no se te quita»

## La exmujer de Bertín Osborne afirma que, durante años el silencio fue un falso escudo

PATRICIA SOLER
Palma

La activista Fabiola Martínez, exmujer de Bertín Osborne, ofreció ayer una charla en CaixaForum Palma, en un acto organizado por RANA, para hablar de su libro *Cuando el silencio no es una opción* y contribuir a dar mayor visibilidad a una problemática tan grave como el abuso sexual infantil. Martínez destacó su compromiso de acudir allí donde sea necesario para visibilizar esta realidad y promover la concienciación social.

Asegura que compartir su experiencia se ha convertido en un propósito que le permite ayudar a otras personas. «Me siento muy agradecida de poder contar lo que he vivido y contribuir a que otras personas se sientan acompañadas, porque el abuso sexual infantil ocurre más a menudo de lo que nos gusta pensar. Cuando alguien con proyección mediática habla abiertamente de su experiencia, ayuda a que otras personas se sientan más arropadas y comprendan que no están solas».

En este sentido, explica que el dolor no desaparece, pero que, con el tiempo, se aprende a afrontarlo de otra manera. «El dolor es algo con lo que aprendes a vivir, porque no se te quita. La diferencia es que lo afrontas de otra manera: antes, desde la vergüenza y la culpa; ahora, desde el propósito». La activista subraya también la importancia de asumir que la víctima no es responsable de lo sucedido y señala que escuchar otras historias le ha permitido comprender hasta qué punto muchas personas necesitan conocer experiencias como la suya para sentirse acompañadas y saber que no están solas. La autora reconoce que durante años trató de sobrellevar lo ocurrido ocultándolo tras distintas estrategias y recurriendo a la disociación. La escritura del libro se prolongó durante un año, un proceso en el que fue dando forma a los capítulos a medida que trabajaba los recuerdos en terapia. Según explica, poner por escrito los abusos fue la parte más complicada, ya que aquellas vivencias habían condicionado muchos otros aspectos de su vida.

Manu Mielniezuk



Fabiola Martínez, en la conferencia organizada por RANA.

Asimismo, Martínez anima a las víctimas de abuso sexual a romper el silencio, hablar de lo sucedido y pedir ayuda. «Mis padres callaron y yo callé», revela. Relata que tenía 15 años cuando decidió contar lo ocurrido a una prima. A partir de esa confesión, su familia tuvo conocimiento de los abusos y su padre la enfrentó junto con el agresor, su tío. Sin embargo, este negó los hechos y aseguró que ella estaba enamorada de él.

Ante aquella situación, Martínez recuerda que sintió tanta vergüenza que solo pudo bajar la cabeza y guardar silencio.

«No sabía cómo explicarles a mis padres todo lo que había pasado, delante de él, ni cómo contarles que había abusado de mí desde que tenía cinco años», concluye. ■

27 -10-2026 DIARIO DE MALLORCA

# El síndrome de la impostora y la conciliación, los grandes enemigos de las emprendedoras

▶ El Fòrum **Dona Avança** reunió ayer a más de 200 inscritas en el Palacio de Congresos

**R. L.** | PALMA

El síndrome del impostor, la falta de confianza en las propias capacidades y las dificultades para conciliar la vida familiar y profesional siguen siendo los principales obstáculos a los que se enfrentan las mujeres emprendedoras. Así se puso de manifiesto ayer en el Fòrum Dona Avança, celebrado en el Palacio de Congresos de Palma bajo el lema *Connectar per avançar*, una jornada organizada por el Institut Balear de la Dona (IBDona), en colaboración con la Cambra de Comerç de Mallorca, que reunió a más de 200 personas para compartir experiencias y analizar los retos del liderazgo femenino en el ámbito empresarial.

La psicóloga Alba Cardalda puso el foco en la relación que las mujeres mantienen consigo mismas y en la importancia del diálogo interno a la hora de afrontar nuevos retos profesionales. «A veces somos nuestro peor enemigo», advirtió al señalar el síndrome del impostor como uno de los fenómenos más extendidos entre las mujeres. Se trata de la creencia de que, por mucho que se haga, nunca es suficiente y que los propios logros no merecen el reconocimiento que reciben. Esta falta de seguridad puede convertirse en una primera barrera incluso antes de poner en marcha un negocio, aunque no desaparece una vez que se emprende. «Hay que gestionar y, una vez dentro, hay que seguir batallando», señaló. La experta recomendó revisar cómo cada persona se cuenta su propia historia, reconocer los logros e identificar aquellos momentos en los que no se es justa con una misma.

Por otra parte, la conciliación familiar constituye otro de los grandes desafíos, según la presidenta de la Comisión de Comercio de la Cambra de Comerç de Mallorca, Joana Manresa, que insistió en que la responsabilidad de conciliar no puede recaer exclusivamente sobre las mujeres aunque «somos emprendedoras desde que nacemos», dijo.

La colaboración entre la Cambra de Comerç e IBDona se remonta a hace seis años y se inició con el programa Dona Impulsa, que acompaña a mujeres que quieren emprender mediante el asesoramiento sobre la viabilidad de sus proyectos y las posibilidades de financiación. En este tiempo, según Manresa, se han tramitado más de 2.000 ayudas a mujeres. De hecho la jornada también sirvió para poner el foco en las medidas institucionales destinadas a avanzar hacia una igualdad efectiva en el ámbito laboral. Desde el IBDona se defendió la necesidad de acompañar a las empresas en la implantación de medidas.



Lleno en la sala para seguir el foro.



Imagen general del público siguiendo una de las mesas. Fotos: UH



Imagen de algunas de las participantes en el foro Foto: C. C.

→ EL APUNTE

## El decreto visado creará un distintivo de reconocimiento en igualdad

▶ El IBDona trabaja en un decreto de visado de los planes de igualdad , un distintivo público de reconocimiento para reforzar el asesoramiento y el acompañamiento a las empresas que ya tienen sus planes inscritos en el REGCON. La iniciativa ayuda a desarrollar las medidas previstas y avanzar hacia una mayor calidad y eficacia de las políticas de igualdad en el entorno laboral. La tramitación del decreto está en marcha y la previsión es que vea la luz en los próximos meses. La herramienta se plantea como una vía para acompañar a las empresas, en colaboración con los agentes sociales, en el desarrollo de sus compromisos en materia de igualdad.






Los 'curis' que ridiculizan a alumnos y profesores en redes sociales.

PERE MORELL
Palma



Ciberacoso

# Los 'curis' que ridiculizan a alumnos y profesores en redes se expanden

La proliferación de cuentas anónimas dedicadas a publicar 'memes' ha puesto en alerta a centros educativos, Policía Nacional y Govern, que ha enviado una circular para intentar atajar el fenómeno

Los *memes* nunca desaparecen, solo se transforman. Unos dibujos muy mal hechos se han extendido por los institutos de Mallorca y abarcan desde la simpática imagen de un protagonista de anime proclamando la libertad al salir del centro hasta el insulto directo contra un compañero de clase o un profesor. Los *curis* son la nueva tendencia adolescente, instalada en la fina línea entre el humor y el ciberacoso, que ha puesto en alerta a institutos, Policía Nacional y Govern.

Mientras alguna directora de instituto ha minimizado este tipo de acoso, otros centros han asumido la gravedad de una práctica que puede convertir el día a día de un alumno en una pesadilla y afectar incluso a su curso académico.

La Conselleria de Educación ya ha reaccionado con una circular dirigida a centros educativos y familias para intentar atajar el fenómeno, que salió a la luz en Mallorca gracias a la denuncia del IES Antoni Maura. Este fue el primer caso que trascendió públicamente en la isla, aunque entre profesores y alumnos estas cuentas ya eran un secreto a voces.

Bajo el nombre y la imagen de los propios centros, los *curis* difunden imágenes de alumnos y profesores en formato de meme viral. Estas cuentas se han consolidado como un vehículo que, bajo la máscara de humor, pueden transformarse en una nueva forma de ciberacoso, especialmente cuando se difunden imágenes de terceras personas sin su consentimiento.

Este tipo de contenido, aunque se utilice una caricatura, un apodo o una referencia a una clase, puede permitir que sus compañeros la reconozcan aunque no aparezcan su fotografía o su nombre completo. En función de su gravedad y de las circunstancias de cada caso, estas conductas pueden constituir delitos contra la integridad moral o injurias graves, entre otros, así como responsabilidades civiles.

El fenómeno recuerda a los primeros años de la década de 2010, cuando *Tuenti* y otras redes sociales contribuyeron a normalizar el acoso anónimo en internet, en ocasiones sin disimularlo bajo el formato del humor.

La Policía Nacional también ha alertado sobre esta práctica. Según informó la Dirección General de la Policía, estos perfiles pueden afectar al bienestar de las personas señaladas y a la convivencia en los centros docentes. Las cuentas suelen utilizar el nombre, las siglas o el logotipo de un instituto o colegio para publicar bromas sobre exámenes, anécdotas de clase, caricaturas de profesores y situaciones protagonizadas por estudiantes.

> La Conselleria de Educación pide evitar que estas prácticas se normalicen en la comunidad educativa

El fenómeno tampoco es exclusivo de los institutos. En las universidades existen desde hace años cuentas dedicadas a publicar *memes*. Sin embargo, estas suelen centrarse en el profesorado y dejan al alumnado al margen. En el caso de los *curis*, esta distinción entre figuras de autoridad y estudiantes no existe.

### Circular del Govern

La Conselleria de Educación ha seguido la estela de otras comunidades autónomas, como Aragón, y, a través del Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar (@convivexit), ha enviado una circular a las familias del alumnado de quinto y sexto de Primaria, ESO y Bachillerato, así como a los equipos directivos de los centros públicos y concertados. El objetivo es alertar sobre la presencia de estas cuentas y advertir de los riesgos que entrañan.

«Estas cuentas se utilizan algunas veces para difundir rumores, insultos, burlas y contenidos humillantes sin el consentimiento de las personas afectadas. Estas conductas pueden vulnerar sus derechos y constituir situaciones de ciberacoso», explica el Govern en una circular dirigida a los centros educativos, en la que pide evitar que estas prácticas se normalicen en la comunidad educativa.

La circular recomienda conservar las pruebas de los hechos, como capturas de pantalla, enlaces y fechas de publicación, y ponerlos en conocimiento de las autoridades competentes, valorando la presentación de la correspondiente denuncia, especialmente cuando los contenidos puedan constituir un delito.

Si los hechos afectan al alumnado, también pide valorar la activación del protocolo de acoso escolar y adoptar las medidas de protección necesarias. Asimismo, insta a evitar la difusión de los contenidos ofensivos para no ampliar su alcance.

El Govern también se dirige a las familias, a las que advierte de que estas conductas pueden tener consecuencias legales. Les pide que supervisen el uso que sus hijos hacen de las redes sociales de acuerdo con su edad y que los eduquen para evitar la difusión de insultos, burlas y otros contenidos ofensivos. ■

01 -11-2026 ÚLTIMA HORA

# El papel de los testigos es la clave para desactivar el refuerzo social y frenar el ciberacoso

▶ El director del Laboratori de Conducta i Tecnologia de la UIB aconseja impulsar **programas escolares** que se aborden en grupo

**R. L.** | PALMA

El fenómeno de las cuentas de 'curis' en las redes sociales responde a dinámicas psicológicas profundamente arraigadas que el entorno digital amplifica radicalmente, según explica el doctor Jordi Llabrés, profesor de la Facultat de Psicologia y director del Laboratori de Conducta i Tecnologia (BATLAB) de la Universitat de les Illes Balears (UIB).

La creación y difusión de estos perfiles se mantiene porque genera un refuerzo inmediato basado en la atención, la ganancia de seguidores, los 'likes', las risas del grupo y el estatus social. Por el contrario, las consecuencias negativas –como sanciones o problemas legales– son percibidas como improbables o tardías. En psicología, las conductas con un beneficio instantáneo y un castigo demorado e incierto tienden a perpetuarse.



El psicólogo Jordi Llabrés.

**«Quienes simplemente difunden este contenido a menudo intentan reducir el riesgo de ser el siguiente objetivo»**

**Jordi Llabrés**
PROFESOR DE PSICOLOGÍA

Llabrés destaca que a esto se suma lo que John Suler describió como el «efecto de desinhibición en línea». El anonimato, la invisibilidad, la falta de figuras de autoridad y la falsa percepción de que lo que ocurre en la pantalla «no es real» reducen el autocontrol que normalmente frenaría estos comportamientos en el mundo físico.

### Comportamientos

«Quienes simplemente comparten o contribuyen a difundir este contenido buscan un refuerzo social de pertenencia al grupo y, a menudo, intentan reducir el riesgo de convertirse en el siguiente objetivo», sostiene el experto.

También opera un mecanismo de difusión de la responsabilidad: cuantas más personas participan, menor es la culpa individual que siente cada una. Cuando este fenómeno deriva en un acoso real, la función de la conducta sigue siendo la misma de siempre: obtener estatus y atención a costa de otros.

La investigación demuestra un gran solapamiento entre el acoso presencial y el digital, compartiendo habitualmente a los mismos implicados. Sin embargo, las condiciones del entorno virtual transforman drásticamente su alcance y gravedad. En las redes, la audiencia es potencialmente ilimitada y el contenido perdura en el tiempo. Además, el profesor recuerda que el acoso no se detiene al salir del instituto como ocurría en el pasado, lo que priva a la víctima de sus espacios seguros, mientras que el anonimato amplifica el desequilibrio de poder, dejándola indefensa al no saber de dónde proviene la agresión.

Para abordar este problema tanto desde el hogar como desde la escuela, el docente propone establecer normas explícitas y coherentes bajo una premisa clara: «Lo que no es aceptable decir o hacer en persona, tampoco lo es en línea». También resulta clave ofrecer una supervisión adecuada a la edad y dialogar sobre el fenómeno de manera preventiva.

▶ **MAYOR IMPACTO**
El acoso digital, a diferencia de antes, no se detiene fuera del instituto y priva a la víctima de espacios seguros

Dado que el 'curi' pierde su función si nadie lo sigue, lo comenta o lo comparte, el papel de los testigos resulta crucial; se les debe enseñar y motivar para que no difundan el contenido, denuncien la cuenta y apoyen a la víctima, aconseja Llabrés sobre algo extensible a cualquier caso similar en redes.

Cuando las sanciones sean necesarias, deben aplicarse de forma coherente y rápida, apostando por programas escolares con base científica que trabajen sobre el grupo, una estrategia que ya ha demostrado su eficacia reduciendo tanto el acoso presencial como el digital.